

太平調剤薬局

今回は、8月26日
に開催します!!

第5回 健康フェアを 7月23日(火)に開催しました



薬剤師 加藤

今回はひとりひとりの方と、ゆっくりお話をする時間が持てました。お一人お一人、背景が違うので、その方の生活状況、体調に合わせたアドバイスが必要と実感させられました。

患者様から教えられることもたくさんありますが、「相談できてよかったわ」と言って頂くと、次回に向けての励みになります。

スタッフ一同、次回もお待ちしています。

参加者の皆様を体成分分析器にて体重、体脂肪率や筋肉量を測定し、結果についてアドバイスさせていただきました。

楽しかったですか♪
来月も頑張ります。
スタッフ一同



気温が高くなった日もあり、参加される皆さん、汗をかかれていました。水分を手放せない季節になってきましたね。

薬局でご紹介している経口補水液「アクアソリタ」が効果的です。イベントでは試飲も行っていますので、是非お気軽にご参加ください。汗の雫とともに落ちてしまいがちなのが食欲です。

暑さに負けないように肉・魚・卵・乳(製品)・大豆(製品)のようなタンパク質が多く含まれたものを食べましょう。

香辛料や薬味を利用すると食べやすくなりますよ♪
次回もお待ちしております!



管理栄養士
川岸